

牽手同行

特殊學習障礙學生家長支援計劃

特殊學習障礙

家長錦囊

2011年版



香港特殊學習障礙協會

Hong Kong Association for Specific Learning Disabilities

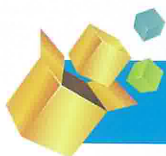
捐助機構
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金

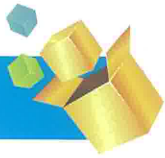
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

出版 2011年11月



目錄

特殊學習障礙簡介	3-5
學障FAQs	6-7
讀寫障礙量表	8
中文無難度	9-10
英文樂趣多	11-12
數學真奇趣	13-14
生活訓練小百科	15
閱讀小貼士及資源閣介紹	16
親子關係樂無窮by家長	17
家長情緒管理急救圖	18
牽手同行同路人及學障兒童心聲	19-20
特殊學習障礙評估及支援(流程圖)	21
有用網站、社區資源(政府及非牟利)	22-24



特殊學習障礙英文是Specific Learning Disabilities (簡稱學障或SLD)。

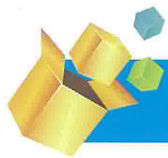
「特殊學習障礙」學生所遇到的學習問題，與一般學生因為學習動機低落、學習遲緩和其他個人或環境因素所造成的學習困難有所不同。

「特殊學習障礙」是：

- 由於腦部發展異常情況所造成：這種中央腦神經系統失調而引起的核心障礙，導致學障學生未能準確流暢地自動辨別和記憶個別的文字
- 一種「隱性障礙」，表面沒有明顯特徵
- 與智力不足無關，學障學生智力絕對正常
- 不能醫治，因為它本身不是「病」，而是一種「障礙」、「缺陷」。假若學障學生能及早識別及接受有效的訓練（如學習技巧、輔導課程、視覺空間感知訓練、言語治療等）和協助，情況會有所改善。

「特殊學習障礙」的類別：

一般而言，學障可分為五個類別，包括讀寫障礙、發展性協調障礙、視覺空間感知障礙、特殊語言障礙及特殊數學運算障礙，其中以讀寫障礙最為普遍，佔其中八成半。學障學生可以單一或按不同程度同時存在這五種類別。



特殊學習障礙簡介

讀寫障礙

原因：

患有腦部處理文字的「硬件」有與生俱來的差異，導致掌握文字的聲音、外形和意義之間的聯系出現困難。這種情形往往有遺傳因素，而男性比女性的個案為多。這並不代表腦部受損，而是腦部成長過程的異常特徵。

主要特徵：

1. 每個字都要重複溫習多次方可牢記，但轉眼又會忘記。認字、默字、串字都成為他們的大問題。
2. 由於認字有困難，故此無法理解題目。老師或家長若將題目讀出來，他們便可對答如流。
3. 讀寫障礙的嚴重程度不一，可由輕微到非常嚴重。相應地，出現問題的兒童年齡可以由一、二年級至高小不等。

處理重點：

- 孩子需要學會分析文字以加強記憶，對英文字更要明白拼音原理。學校必需瞭解他們困難的內在原因，從而給予適當的輔導和課程上的調節。
- 世界上不少國家已為這些學童制定法例，確保他們能得到所需的特殊教育輔導和教學安排。

特殊語言障礙

原因：

不少幼童在早期語言發展可能比較遲緩，但經指導和學校教育，大部分均能慢慢地趕上，可是有少數卻有持續的語言障礙。這是由於負責語言發展的腦部組織未能擔任理想的功能。孩子的語言能力因此就相應地出現障礙，以至最終語言能力發展未如理想。

主要特徵：

1. 說話句子組織能力弱，表達和理解方面都甚差。
2. 複述事情時顯得混亂，對方難以明白。
3. 非語言能力明顯較好，令老師覺得孩子表現不平均。

處理重點：

- 孩子需要接受針對性語言治療。
- 課堂上應有適當的輔導，令孩子明白老師的講解和能夠應付語文上的需要。

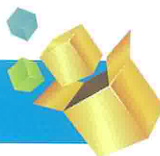
特殊數學運算障礙

原因：

數學運算是需要不同認知的配合方能成功處理，包括長期記憶（例如記公式、乘數表）、運作記憶（如腦部運算上的暫時記憶），語文能力（用於推理時的思考和文字題的理解）、手眼協調（書寫需保持一定工整才不會引致不小心的錯誤）、專注力控制等等。任何一項以上的認知能力如有所欠缺，數學運算能力就相應受到嚴重影響。

主要特徵：

1. 數學能力與其他能力不相符。以孩子一般表現，常常作出錯得「驚人」的運算，邏輯上有很大的謬誤。
2. 這些孩子可以同時有不同程度的閱讀障礙，令學習困難更加嚴重。



處理重點：

- 專業人士應詳細鑑別出學童困難的真正問題，然後提供針對性直接輔導。

發展性協調障礙

原因：

人體內的中樞神經系統聯同其他控制平衡、姿勢、動作計劃和協調的各神經系統部位，是負責保持一個人肌肉功能的靈活操作。有發展性協調障礙的兒童，往往因這些系統未能協調地運作而引致大小肌肉上的不協調，他們時常出現不靈活的現象。坐立不安的情形也可能是因為孩子取不到重心平衡，而並非是好動頑皮的表現。可惜這些孩子往往被誤會為過份活躍和性好搗蛋。

主要特徵：

1. 寫字欠佳又吃力，手腳不靈活。
2. 身體平衡感較差，經常因為笨拙而引致自己他人發生意外。
3. 字體的大小多超越所指定的格或行的範圍。

處理重點：

- 家長和老師需留意孩子大小肌肉的運作和協調。在紙筆上加以提點。
- 課堂上作出相應的安排，例如減少抄黑板，用較大格的簿寫字。給予多些時間讓孩子有足夠及充足的時間完成抄寫類的功課。
- 有需要時轉介專業人士，如物理治療師或職業治療師作進一步評估及治療。

視覺感知障礙

原因：

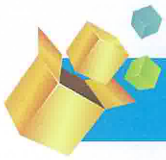
雖然孩子的視力正常，但因左腦的視覺感知區域發生障礙，以致對空間辨別、主體背景辨別及視覺恆常的能力有所影響，他們卻被人誤會為「視」而不見，不留心學習的孩子。

主要特徵：

1. 對於任何空間的辨識有困難，未能組合「字」的不同部份，看起來像「散」開一般。
2. 寫字的筆劃長短經常出錯，常加多或減少筆劃。
3. 未能辨認形狀相似的字，例如：日→目 春→看 土→士

處理重點：

- 讓兒童用間尺或螢光筆，間著要抄的字。
- 抄寫時把書本及練書簿的距離盡量拉近。
- 有需要時應轉介專業人士，作進一步評估及治療。



1. 「特殊學習障礙」其實是否只是抄寫出現問題，長大後孩子會痊癒？

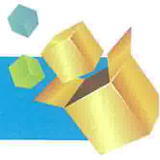
「特殊學習障礙」並不只是有抄寫問題，部份學童組織能力、溝通能力亦較弱，而特殊學習障礙並不是疾病，並不能依靠藥物痊癒，但及早識別及訓練，有助改善學障問題，提昇學習能力。

2. 孩子常常說執筆「很累」，他會很用力握筆寫字，又不喜歡閱讀，那是否代表有學習障礙呢？我又可以怎樣協助他改善寫字力度呢？

其實孩子出現執筆吃力或協調困難，可能是出現肌肉協調困難，是需要專業職業治療師作評估及訓練。如果孩子寫字太用力，家長可以嘗試換一張較薄的紙書寫，鼓勵孩子控制力度，不弄穿紙張。相反，如果孩子寫字太輕力，則可以嘗試運用「過底紙」，鼓勵孩子用力書寫，令紙體可以浮現。部份讀寫障礙學生會同時出現肌肉協調困難，如果家長有疑惑，可以向教育心理學家或臨床心理學家作專業評估。

3. 小朋友幼稚園K1-K2已常常出現「寫鏡字」、記憶力短暫的問題，但問政府又說不能評估，那麼我可以怎樣處理呢？這段時間作為家長，我可以怎樣協助子女呢？

在香港，讀寫障礙的正式診斷年齡必須為6歲1個月或以上及就讀於本地小學的一年級學生。家長如懷疑就讀幼稚園小朋友出現讀寫障礙等表徵，其實可以往小朋友的母嬰健康院參加「兒童發展監察計劃」，計劃內包括“觀察孩子的表現”，如孩子需要更緊密的觀察及跟進，需要時，健康院護士或醫生會作出轉介。另外，香港大學言語及聽科學部兒童讀寫診所、理工大學康復治療診所等機構亦會提供評估服務，評估是否為讀寫障礙高危個案，詳見社區資源篇。而這段時間，家長可以運用多感官學習方法（包括於沙上寫字、畫圖畫認字），提升子女學習動機。

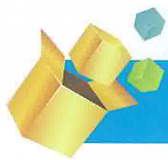


4. 我剛知道兒子確診學習障礙，他現時只是初小學生，我應否告訴兒子有學習障礙呢？他會否因此而自暴自棄，或以此拒絕溫習或讀書呢？

外國研究顯示，學障學生如果接納自己的學習困難，更能找出方法克服學習障礙。家長應以積極、平靜的心態，坦白告訴孩子確診學習障礙，讓他了解何謂學習障礙及當中的改善方法，讓他知道家長是與他一同面對問題，家人是支持他的。同時，家長應該積極發展學障子女的興趣，建立自信心及正面自我形象，建立正確價值觀。至於學業方面，家長與孩子應該共同尋找適合的學習方法，並多鼓勵及讚許促進學習信心，與學校商討有效的調適及支援方法。

5. 學校可以為學習障礙的學生安排調適，包括抽離考試、放大試卷及加長時間15分鐘，但這會否令孩子心裡很不好受，我應該接受嗎？這會否令孩子變得懶散，依賴調適呢？

調適旨在提供機會讓有學習障礙的學生發揮真正實力。而要發揮真正實力，仍是需要適合的教學方法，最重要的是學生自主學習及溫習，鞏固所學知識。家長可以坦然與子女商討不同調適方法是否有效，並從中解釋調適的用途，並應該積極聆聽子女感受。



請寫障礙量表

讀寫障礙調查問卷

懷疑孩子讀寫障礙的徵狀

你是否擔心孩子有讀寫障礙？請回答以下問題。若你對大部份題目都選了「是」的話，你可能希望諮詢進一步的意見。

項目	問題	是	否
1.	孩子在某方面能力很高，在其他方面卻「朦查查」、一塌糊塗似的？		
2.	孩子閱讀速度甚慢？		
3.	孩子討厭、也逃避誦讀？		
4.	家裡有其他成員有相似的困難嗎？		
5.	孩子有困難一次過接收三個指示，然後按次序完成它們嗎？		
6.	孩子學說話遲過和慢過同齡的其他孩子嗎？		
7.	孩子默寫中文字或串英文字困難重重嗎？		
8.	孩子的字體很難看嗎？		
9.	孩子從錯誤的方向閱讀數字和英文字，或錯認某些數目字、英文字和中文字等。例如把數字「15」讀作「51」，「6」作「9」；英文字母「b」讀作「d」，「p」作「q」，或英文字「was」讀作「saw」；中文字「春」作「看」，「大」作「太」或「太」作「犬」，「手」作「毛」等。		
10.	孩子不會看時鐘，或學來學去仍是看不明白？		
11.	孩子對時間或事件的先後次序掌握混亂嗎？		
12.	孩子不能分辨左右嗎？		
13.	孩子「口問口答」無甚困難，要求他把答案寫下來就困難重重？		
14.	孩子像不能掌握兒歌韻律似的？		
15.	孩子經常聽錯中、英文字的讀音？又孩子跟著你讀字的時候，他除了可能發音不準確，還會把字音的次序混淆？		
16.	孩子抄不到黑板、抄得吃力，困難重重，又或抄到亂七八糟？		
17.	孩子不能一邊聽老師講解，一邊抄筆記？		
18.	孩子剛看完一篇文章後，卻記不起文章的內容，或不能理解文章的意思？		
19.	孩子今天學習過或溫習過的課本，看來已掌握得很不錯的，怎料到第二天便全然忘記了？		
20.	孩子說話溜到口邊，卻突然忘記了自己想說些甚麼？又或突然忘記了有關的用詞？例如想去「圖書館」，卻說不出「圖書館」這三個字。		
	是／否的總數		



如果我們要孩子成功學識中文字，「死背爛背」的方法是不適合學障孩子。如果平日能以遊戲方式跟孩子做以下的多感官中英數活動，孩子會更容易掌握中、英、數的概念。配合家長對孩子的認識和創意，你可以調節這些活動，令孩子學得更好。

字型結構對對碰

目的：加深小朋友對中文的各種字型結構，從而更容易學習中文字

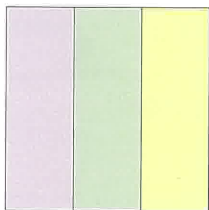
適合對象：小一至小四

玩法：1. 字卡以不同顏色表示出不同字型結構
2. 小朋友按結構寫出中文字

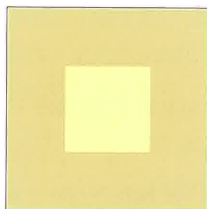
變化：1. 給高年級的小朋友中文字後，要其說出字型的結構

注意：要小朋友所寫的字盡量放大寫，裝字可更美觀及清晰

字型結構
左中右相等



字型結構
全包圍





五顏六色部首繪

目的：透過不同顏色及圖像，加深小朋友對不同部首及筆劃的認識

適合對象：小學學障學生

- 玩法：
1. 卡上會以不同顏色表示出不同的部首
 2. 給小朋友十五分鐘的時間記著部首的顏色
 3. 家長可向小朋友發問有關的部首顏色
 4. 可著小朋友於白紙上繪畫出

注意：卡上的部首顏色要盡量鮮豔，令小朋友留下深刻印象



怪



疋



精



候



鯨



謊

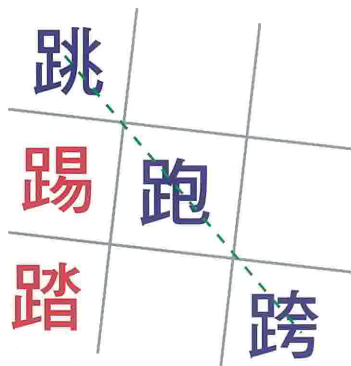
部首過三關

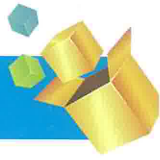
目的：提升小朋友對中文部首、部件的熟悉程度及學習興趣。

適合對象：小學學障子女

- 玩法：
1. 家長或小朋友在白紙上畫出過三關的「井」字圖案，兩人猜拳決定先後次序，並各選一枝顏色筆代表自己。
 2. 先行的一方在「井」字上其中一格寫字，如「跳」。
 3. 後方需根據先行方所寫的字的首部來寫下一個字，因「跳」是「足」部，如「跑」、「踢」、「跨」等，最早把字劃成直線一方獲勝。

- 變化：
1. 後方可把先行方的字拆開，如「跑」可分拆作「足」部及「包」字副旁，此時能以「踏」或「飽」作答填寫自己所選的字格。





Single letter/sounds - Carnine order

二十六個字母是學習英文的基礎，我們一向順著字母的次序學習a-z，許多學障同學努力多時，仍是不能掌握這二十六個字母。對學障的小朋友來說，Carnine order是較容易掌握的次序，Carnine order將英文字母分成五組，學會一組才學下一組：

Carnine order

1. a, m, s, t, i, f
2. d, r, o, g, h, l
3. u, c, n, k, v, b
4. e, p, j, w
5. y, x, qu, z

每一組字母可組合和拼出以下的英文字句(Sentence for reading and dictation):

<p>Set 1: a, m, s, t, i, f I am fit. Is it Sam? Tim is fit. Tim and Sam sit. I am at the mat. Sam is at the mat. Is Sam as fit as Tim?</p>	<p>Set 2: d, r, o, g, h, l I lit the gas. I hit the dog. I miss Sam. The dog is hot. The ham has fat. The hat is odd. The ham is hot. I miss the odd dog. The dog is at the dam.</p>	<p>Set 3: u, c, n, k, v, b I had a cat. Is bad Bill fat? The cat bit him. I had a bad dog. The nit is in the hat. The dog bit the cat. Has Bill got a cat? The van is on the hill. The bug is in the mud.</p>
<p>Set 4: e, p, j, w I am ill. The dog is wet. The web is wet. Go off in the van. Sam will pat the dog. Will Sam and Bill get wet? Bill has a red pen. The pig is in the pen. The pod has a nut in it.</p>	<p>Set 5: y, x, qu, z Fix the jug. Sam is not six. Him has a zit. Has Jill had a pill yet? Dad will yell at the fox. Pam ran up thehill. Did Jim and Pam get wet? The hen has a big egg.</p>	



英文字母排序遊戲 (A Game on Alphabet Sequence)

Take out A M N Z and arrange these 4 as if you are going to make an alphabet arch.

Divide the other letters into two piles. Take turns.

1st person - see if you have b/y or l/o to put into the arch.

2nd person - put another letter next door to any of the 4 on the table and so on.

(26 個字母將要砌成圓拱形，遊戲開始時你先放 A M N Z 4個字母。)

剩下的字母分兩份，參與者一人一份；兩人輪流在 alphabet arch 擺放字母。先玩的看自己有沒有 b/y 或 l/o，跟著到另一方玩，首先擺放完字母的為贏家。)

Dicey Spelling

Dicey Spelling 是練習串寫英文 sight words 的遊戲，概念來自 Sally Raymond 的著作 *Dragonfly Games: Developing & Supporting Dyslexic Learners 7-14 / Edition 1*。遊戲因應香港學生的情況作出修訂，並已徵得作者同意，讓香港特殊學習障礙協會向會員推介。

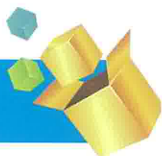
(孔陳錦霞, 2011年7月)

Dicey Spellings

1. Copy each spelling word onto a small square of paper and place in a pile, face down. Use about 8-10 words.
2. Take turns to throw the dice, read the top word, place it on the bottom of the pile and follow the instructions, according to the number on the dice.

◦ Dice Instructions

1	Spell the word aloud
2	Stand up and touch your toes to spell the word
3	Write the word with your 'opposite' hand.
4	Write the word in bubble writing.
5	Write the word with your eyes closed.
6	Use one colour to write the vowels, a different colour to write the consonants



「合十」

「合十」是數學的基礎，熟習數學的合十，有助日後計算「減數」、「借位」、「進位」等運算。這工作紙只要剪下空格，形成活頁蓋著數字，便可以與孩子溫習「合十」加減。

10	10	10	10	10
+ -	+ -	+ -	+ -	+ -
1 9	2 8	3 7	4 6	5 5
10	10	10	10	10
+ -	+ -	+ -	+ -	+ -
6 4	7 3	8 2	9 1	10 0

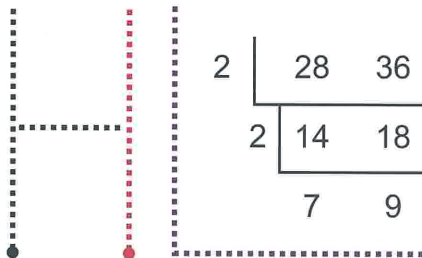
乘數背誦法

許多孩子於背誦乘數表時，往往很困難，溫完「轉頭」已忘記得一乾二淨了。其實背誦乘數表可以更有系統，這有助孩子組織及記憶，找出當中的關係。

H.C.F(最大公因數) & L.C.M(最小公倍數)運算

• H.C.F = **H**

• L.C.M = **L**





而「合十」的圖表，亦可以作變化協助孩子溫習乘數表。

9	9	9	9	9
x +	x +	x +	x +	x +
1 8	2 18	3 27	4 36	5 45
9	9	9	9	9
x +	x +	x +	x +	x +
6 54	7 63	8 72	9 81	10 90

最大公因數H.C.F及最小公倍數L.C.M

有時，小朋友容易混淆此2項的數式運算，以致問非所答。圖像法有助孩子掌握有關概念。

乘數表次序

- 2 → 5 → 4 → 8



(紅色2, 4, 8為雙數，有倍增關係)

(5的倍數容易處理，有助孩子增加信心)

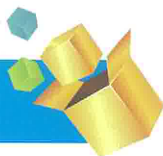
- 3 → 6 → 9

(藍色3, 6, 9為倍增關係有助記憶)

- 7

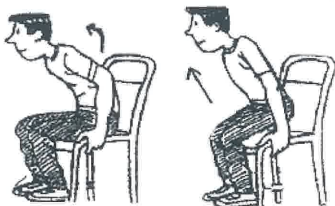
鞏固乘數，有序學習

有助日後除數運算



以下的6個小遊戲，是指在：

1. 改善孩子的寫字加量及持久度
 2. 有助增強孩子的專注力
- * 建議每天運用五分鐘進行訓練



椅子掌上壓

1. 坐在椅子上，然後用雙手抓緊椅邊
 2. 雙手用力支撐身體，向上提昇
 3. 雙腳屈曲離地
- * 請選擇安全及穩固的椅子



手指大門法

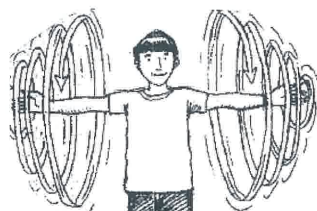
1. 桌上置手巾
2. 執筆之手腕貼於桌面
3. 運用該手腕之四隻手指 (姆指固定不動)
將手巾拉近

*為鼓勵孩子：

1. 建議手巾不宜過長
2. 可於毛巾末端放置有趣物件
(例如糖果、小車子)
3. 次數不宜超過五次

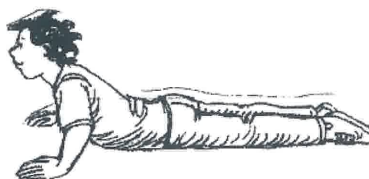
資料提供：

"Speed Up!" Lois Addy Sharon Tring Ham



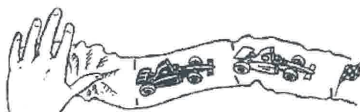
肩膀大迴環

1. 伸直雙手，至肩膀水準高度
 2. 手指方向保持向外，向前轉五圈
 3. 手指方向保持向外，向後轉五圈
- * 旋轉時，雙手應維持肩膀高度，不應垂下



肩膀掌上壓

1. 俯躺地下或床上，面向下
2. 雙手用力支撐，使肩膀及胸膛離地
3. 腰部及雙腿則放鬆緊貼地下

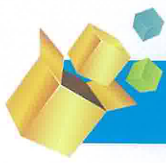


拇指大門法

1. 桌上置手巾
2. 執筆之手腕貼於桌面
3. 運用該手腕之拇指 (其餘手指固定不動)
將手巾拉近

*為鼓勵孩子：

1. 建議手巾不宜過長
2. 可於毛巾末端放置有趣物件 (例如糖果、小車子)
3. 次數不宜超過五次



閱讀小貼士及資源嚮介紹

閱讀小貼士 (孔陳錦霞)

悠悠夏日，倘若已找到適合的書籍，家長可以如何提升孩子的閱讀能力呢？

流暢地閱讀(Reading Fluency) 對理解文章和故事十分重要，所謂“reading fluency”，就是指能夠快速且準確地閱讀。小朋友能夠如此閱讀，定會容易一點掌握和理解文章或故事的內容，從而享受閱讀的樂趣。有閱讀困難的孩子為文字掙扎，閱讀速度慢，不少的精神用在認字或分析每個字的發音，結果無暇理解讀本的內容，因此他們不大喜歡閱讀，就是讀了也可能不甚理解所讀的內容。

以下給家長一些小貼士，幫助孩子流暢地閱讀？

1. 選程度適中的書籍

讓孩子試讀已選擇的書本，每一百個字最多可以有五個生字，生字達五個或以上，那本書對孩子是太艱深了，不宜讓他在沒支援的情況下自己閱讀。

2. 鼓勵孩子朗讀

孩子需要時間掌握新的讀本，閱讀新書速度一般較慢，家長必須給予支援和讚賞，耐心聆聽孩子朗讀。孩子們不妨重覆閱讀同一本書，讀時投入感情，並改善閱讀的流暢度。

3. 為孩子朗讀

即使孩子能夠自行閱讀，家長仍可每天為孩子朗讀程度深過他們自行閱讀的書籍，孩子有機會接觸內容和語言較高深的讀本，同時可以仿效家長流暢的閱讀。

登入以下網站，有豐富的“Launching young readers” 資料:

<http://www.pbs.org/launchingreaders/parenttips.html>

下載Reading Tips for parents (PreK-G3):

http://www.pbs.org/launchingreaders/pdfs/tips_all.pdf

更多閱讀的資訊 - PBS Parents website: Reading and Language

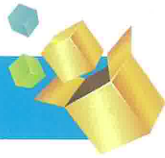
<http://www.pbs.org/parents/readinglanguage/>

PBS Kids Programmes

<http://www.pbs.org/parents/tvprograms/pbskids/>

知多一點點：學障協會資源閣

協會於星期一至六開放資源閣，提供各類有關學障書籍、教材以及玩具供會員與非會員使用。另外亦提供伴讀圖書供各位家長借回家中進行親子伴讀活動，促進親子關係之餘，又可以提升孩子對閱讀的興趣。如得到更多有關資源閣的資訊，歡迎於辦公時間致電2340-0803與職員聯絡。



我是一個新媽媽，也正因為初為人母，我許多的事情也正在學習中。

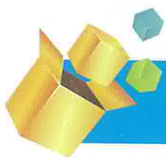
以前每次看到兒子做作業，心裡的「無名火」就難以控制，大聲吼怒，結果總是兩敗俱傷，弄得兒子哭了，我也難受。現在遇到這種情況，我首先會馬上提醒自己要「冷靜，再冷靜」，離開現場深呼吸，等自己放鬆了才回來和兒子說話，慢慢地我發現自己對孩子的語氣變緩和了，心情也舒暢了。而孩子的表現也好轉了，比以前聽話、合作多了，完成作業的時間也提前了很多。遇到不明白的地方也會主動找我幫忙，有時甚至會很友善對我說：「媽媽！您對我真好。就算我有時表現不好，您也沒有責怪我，真的很謝謝您，我會努力的。」聽到孩子的話，我心裡覺得無比的自豪和感激。

對孩子的學習來說，我現在都是抱著只要孩子有努力、有進步、開心就好，不想逼得孩子太緊。同時也要放鬆自己的心情去和孩子相處，珍惜與他一起的時間，想辦法讓親子關係變得更融洽，更溫馨。對孩子好的行為和表現要給予鼓勵和讚揚，即時誇獎他，給他一個「大拇指」，說他做得很好。正因為這樣，我們現在都相處得很好，最近孩子的學習成績也有很大的進步和改善。

看到孩子有轉變我覺得很開心，孩子也說喜歡現在的媽媽。所以我相信只要耐心、永不放棄，就算再難的問題也會找到方法解決。希望更多的媽媽可以更努力，更開心地和孩子們一起學習，一起成長，加油！

阿青 2011年7月





家長情緒管理急救圖

很多家長於小組中反映孩子總是不願做功課或是溫習，往往苦無其他方法，唯有用上絕招---「打」和「罵」。其實大家都知道不但大大影響親子關係，而孩子更不見得願意做功課或溫習。以下有一些方法可以供各位家長參考：

當孩子不願做功課 / 溫習時，家長怎麼辦？

如果家長情緒穩定，(自覺呼吸暢順)，
可以進行以下步驟：

第1步：指出孩子不願做功課 / 溫習的情緒
(家長：「我見到你現在覺得唔開心/很煩惱 / 嘍嘍地，唔想做功課 / 溫習。」)

第2步：了解孩子不願做功課 / 溫習的原因
(家長：「不過，可唔可以講俾媽咪 / 爹D知有咩令你宜家唔想做功課 / 溫習？」)

第3步：指出限制及洽商
(家長：「原來係咁，不過唔做功課/唔溫習的話，始終功課 / 測驗 / 考試都係老師俾既。」)

如果家長情緒不穩定，(自覺呼吸急促、心跳加速)，可以進行以下步驟：

如果家長情緒開始不太穩定，如呼吸急促、怒氣沖沖，可以進行以下活動：

1. 跟孩子進行中場休息
2. 離開功課 / 溫習環境，進行放鬆活動。

以下有一些家長提供的放鬆活動：

- 到廚房煮飯
- 帶孩子到樓下買餸
- 到洗手間洗面，照鏡然後欣賞自己的美貌
- 做呼吸練習 (慢慢進行深呼吸十六次)
- 飲水及食茶點

當情緒及呼吸平伏後，才進行第一步。



從找「救生圈」到放「救生圈」

協會所辦的「牽手同行」計劃，本人也有參與作義工，到過學校分享，打電話關心一些家長及在講座中的分組交流。在過程中與不少家長接觸，他們都是剛剛知道自己的孩子有學障，都有不少困惑及擔心。真令我想起剛知道兒子有學障時的情況。當時最想知道的是否有一勞永逸的方法來幫助他和怎樣與學校溝通，轉眼間已過了八年，雖然兒子已長大了，但問題依然存在，解決問題的方法就是由他自己去面對。因著他知道本身的困難，無論是與學校溝通或是讀書方法，他也更加努力而不至放棄。

我加入了學障協會後的感覺像是找到一個救生圈，雖然在海裡浮沈不定，但也不至溺斃。希望參加「牽手同行」的受助者都能有清晰的方向去支援孩子，讓孩子長大後能站出來為自己及其他有學障的人士消除對學障的誤解。相信到了那時，學障不再是困擾著家長們的問題，而家庭氣氛也會和諧些。

知道「牽手同行」計劃將會結束，但希望推動及教育公眾人士的計劃可以繼續舉辦，使學障人士能得到平等的對待。

同路人葉亮青

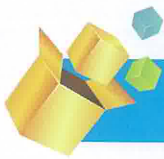
助人自助

小兒升上中三時，我認識了一位朋友，她是香港特殊學習障礙協會的委員。因此我加入特殊學習障礙協會，成為了會員，同時亦參加了牽手同行計劃。

我覺得這計劃很有意義，因為能在學校裡建立學障學童家長的支援網絡之餘，家長亦能分享育兒的經驗，我們曾一起痛哭、一起歡笑地分享，也齊齊想方設法去解決日常所遇到的難題之管教方法呢！透過課程家長亦能了解到孩子在學習或情緒上所遇到的困難及疑問時，家長應怎樣處理才不會導致破壞了親子關係等等……而計劃的社工及資深的(同路人)家長義工，亦教授了我們很多方法及認知。經過了一連串的課程，使我提昇了做援助者的能力，自己也成為了此計劃的(同路人)身份幫助其他家長。

因自己過往的經驗，深感當發現家中有個學障兒時，那種無助、自責及孤獨感，是多麼的可怕！所以能參加此計劃既能增值自己，亦能幫助其他仍在苦惱的家長，甚為有義意啊！但願此計劃能持續，及另更多人得到受惠！

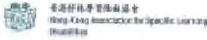
同路人Belle



牽手同行同路人及學障兒童心聲

牽手同行參加者感想

余太



姓名：余太

我的感想



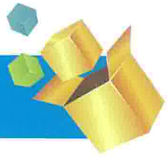
陳太

- 與其他家長討論及分享，知道自己並不孤單
- 有專業的指導，糾正誤解，澄清疑惑
- 有各種輔導途徑的認識，可以明白求助途徑
- 有各種學習方法的了解，可以擴闊眼界，作多方嘗試
- 有家長義工（過來人）的分享不同方法的成效
- 希望繼續有機會學習及分享

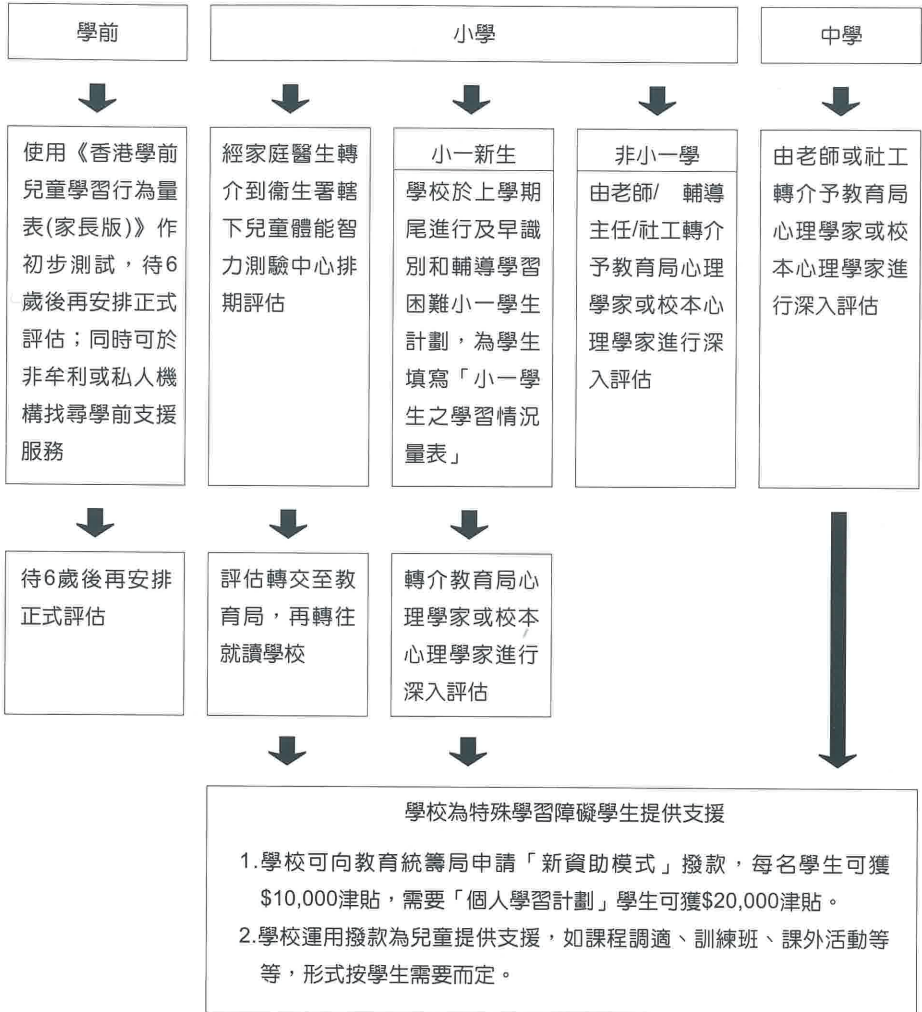
Joanne

當初參加小組時很擔心，不知如何幫自己的女兒。在小組中知道了多些資料，與其他家長討論及分享後知道可以鼓勵及讚賞自己女兒。小組中亦有一些實習機會，從中可以摸索到適合自己及女的學習方法及陪伴她成長。小組中更可以認識到其他家長，互相分享喜與樂，就像一個加油站。當初沒有預期每星期一聚的小組，原來可以給予自己能量來面對將來艱辛路程。

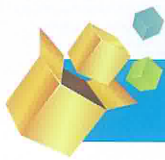
特殊學習障礙評估及支援 (流程圖)



學障評估及支援



*若經註冊教育心理學家或臨床心理學家正式評估有學障，家長必須索取報告副本



有用網站、社區資源 (政府及非牟利)

政府 部門 評估	衛生署中九龍兒童體能智力測驗中心 (服務地區：香港島南區、東區及灣仔、九龍城及油尖旺) 電話：2246 6633 傳真：2715 3447 九龍城亞皆老街147L號2樓
	衛生署尤德夫人兒童體能智力測驗中心(觀塘) (服務地區：觀塘及西貢) 電話：2727 8474 傳真：2727 8479 九龍茶果嶺道79號3樓
	衛生署下葵涌兒童體能智力測驗中心 (服務地區：香港島中西區、深水埗、葵青、荃灣及離島) 電話：2370 1887 傳真：2744 8579 葵涌麗祖道77號下葵涌分科診所及特殊教育中心2樓
	衛生署尤德夫人兒童體能智力測驗中心(沙田) (服務地區：沙田及黃大仙) 電話：2210 1600 傳真：2646 6327 沙田插桅杆街31-33號2樓
	衛生署粉嶺兒童體能智力測驗中心 (服務地區：大埔及粉嶺) 電話：2639 1402 傳真：2671 2797 粉嶺璧峰路2號粉嶺健康中心4樓
衛生署屯門兒童體能智力測驗中心 (服務地區：屯門及元朗) 電話：2468 5261 傳真：2462 4962 屯門青松觀道屯門醫院地下	
政府 部門 教育	教育局教育心理服務 新界區：電話 2437 7270 九龍區(包括西貢及將軍澳)：電話 3698 4321 香港區(包括東涌及離島)：電話 3698 4314
	教育局-特殊教育資源中心 電話：3698 3900 傳真：2761 0976 九龍九龍塘 沙福道十九號教育局九龍塘教育服務中心 西座二二九室 http://www.edb.gov.hk/serc
	香港資訊教育城大同學習村 http://www.hkedcity.net/special/
	香港教育城家長易學站 http://www.hkedcity.net/parent/
就業	平等機會委員會 電話：2511 8211 傳真：2106 2324 香港太古城太古灣道14號太古城中心三座19樓 網上投訴表格： http://www.eoc.org.hk/eoc/GraphicsFolder/complaint.aspx
	勞工處- 就業展才能計劃 旨在透過職前培訓及試工機會，提升殘疾人士的就業競爭力 香港區 電話：2852 4801 傳真：2541 5290 九龍區 電話：2755 4835 傳真：2796 0369 新界區 電話：2417 6190 傳真：2499 3713 http://www1.jobs.gov.hk/SPS/gen/wops/index.aspx?RunMode=Chinese
	「青年就業起點」(簡稱Y.E.S.) 熱線電話：3585 8000 電話：2111 8533 (旺角) 3188 8070 (葵芳) http://www.e-start.gov.hk/v3/tc/index.htm
其他 部門	殘疾人士登記證- 勞工及福利局福利科(康復組) 電話：2509 4891 / 2509 4904 / 2509 4905 http://www.lwb.gov.hk/chil/forms/
	香港申訴專員公署 電話：2629 0555 傳真：2882 8149 地址：香港干諾道中168-200號信德中心招商局大廈30樓 http://www.ombudsman.gov.hk/tc/home.shtml
	香港考試及評核局 電話：3628 8833 傳真：3628 8088 地址：香港灣仔軒尼詩道130號修頓中心12樓至14樓 http://www.hkeaa.edu.hk/tc/

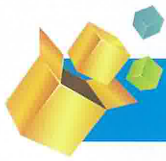
有用網站、社區資源 (政府及非牟利)



政府部門及社區資源(非牟利)	評估	專業治療		訓練及輔導		家長支援	家長訓練
		小學	中學	小學	中學		
協康會青蔥計劃 http://slp.heephong.org/ 太子中心辦事處 電話: 2393 7555 傳真: 3142 7221 九龍深水埗大埔道70號太子中心二樓 (太子地鐵站A出口) 大坑東中心辦事處 電話: 2777 9938 傳真: 3475 0496 九龍石硤尾大坑東郵東滿樓10-14號地下 (石硤尾地鐵站B1出口)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
循道衛理楊震社會服務處 家庭健康教育及輔導中心 電話: 2171 4111 傳真: 2385 5547 http://the.yang.org.hk/index.htm		✓	✓	✓	✓	✓	✓
F.O.C.U.S. (Parents' Association) 電話: 2849 8218 傳真: 3019 7644 http://www.focus.org.hk				✓	✓	✓	
香港扶幼會讀寫發展中心 電話: 8200 3522 傳真: 2624 7111 http://www.sbclds.org.hk/index.html 九龍土瓜灣盛德街44號 香港扶幼會匯豐銀行慈善基金讀寫發展中心202室	✓			✓	✓	✓	
香港基督教服務處「心橋兒童發展計劃」 電話: 2731 6374 傳真: 2724 3593 http://hkcschild.edu.hk/pec/scope.php		✓	✓	✓	✓	✓	✓
香港小童群益會 電話: 2866 6388 http://www.bgca.org.hk/bgca06/main/content.asp?lang=c&id=518 香港灣仔駱克道3號3樓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
香港明愛青少年及社區服務 – 活孩子 樂爸媽 電話: 2772 3198 傳真: 2772 3989 http://lycs.caritas.org.hk/spld/				✓	✓	✓	✓
博思會 電話: 2870 1377 傳真: 2870 1779 九龍土瓜灣盛德街44號地下 http://www.pathways.org.hk/	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

其它：

香港	香港大學心理學系心理服務組 電話: 2859 2387 傳真: 2858 3518 香港灣扶林道香港大學鈕魯詩樓六樓 香港讀寫障礙協會(Dyslexia Association HK) http://www.dyslexia.org.hk
台灣	中華民國學習障礙協會(台灣) http://aid.daleweb.org 有愛無礙(台灣) http://www.dale.nhcue.edu.tw/
海外	Dyslexia Online Magazine http://www.dyslexia-parent.com/magazine.html The British Dyslexia Association www.bdadyslexia.org.uk The International Dyslexia Association www.interdys.org



有用網站、社區資源（政府及非牟利）

1. Free NaturalReader 10.0

免費下載Text to Speech軟件，不用連線，令電腦讀出屏幕上的文字(英文)。

<http://www.naturalreaders.com/index.htm>

2. RnR Software: RnR Spelling 1.3 for all ages

This spelling program is based on the Look-Cover-Write-Check method which is a long established and proven strategy to spell words accurately.

免費下載英文串字軟件，除輸入英文字外，也可以輸入中文字，幫助孩子溫習默書的字詞（不用連線）。

http://www.download.com/RnRSpelling/3000-2051_4-10077830.html

3. Spelling City

適合任何年紀的學習英文字網站，用家可以輸入要學習的字詞，然後選擇以下任何一項練習輸入了的生字: Teach me、Test me或 Play a Game。

<http://www.spellingcity.com/>

4. 小學中文科常用字研究

登入以上網站，各位可取得〈小學中文科常用字表〉（〈3000字表〉），即小學一至六年級要學習的中文字

<http://alphads10-2.hkbu.edu.hk/~lcprieh/>

5. 普通話學習網

這網站將中文翻譯為漢語拼音

http://pth.linqi.org/pyzd_biaozhu.html

6. National Library of Virtual Manipulatives (PreK-G12)

這數學網站用互動的形式教授基本的數學概念。香港特殊學習障礙協會已購買了有關軟件，內設中文版。

<http://nlvm.usu.edu/en/nav/vlibrary.html>

7. Science Clips

科學及常識網站 (5-11歲)，可在網上進行虛擬的實驗。

http://www.bbc.co.uk/schools/scienceclips/teachersresources/ages6_7/tr_ages6_7.shtml

8. Printable Resources for SEN

利用這網站的資源，在家自製便宜而又實用的教材。

<http://www.senteacher.org/html/printtext.htm>

9. Dance Mat Typing

免費英文打字課程，分4 levels，共12課，適合7-12歲。

<http://www.bbc.co.uk/schools/typing/>

10.《數之樂》小學生數學輔助教材

可利用這網站的資源，自製小學數學教材及練習。

http://www.hkedcity.net/iclub_files/a/1/6/webpage/sen_maths/ebook_web/index.html